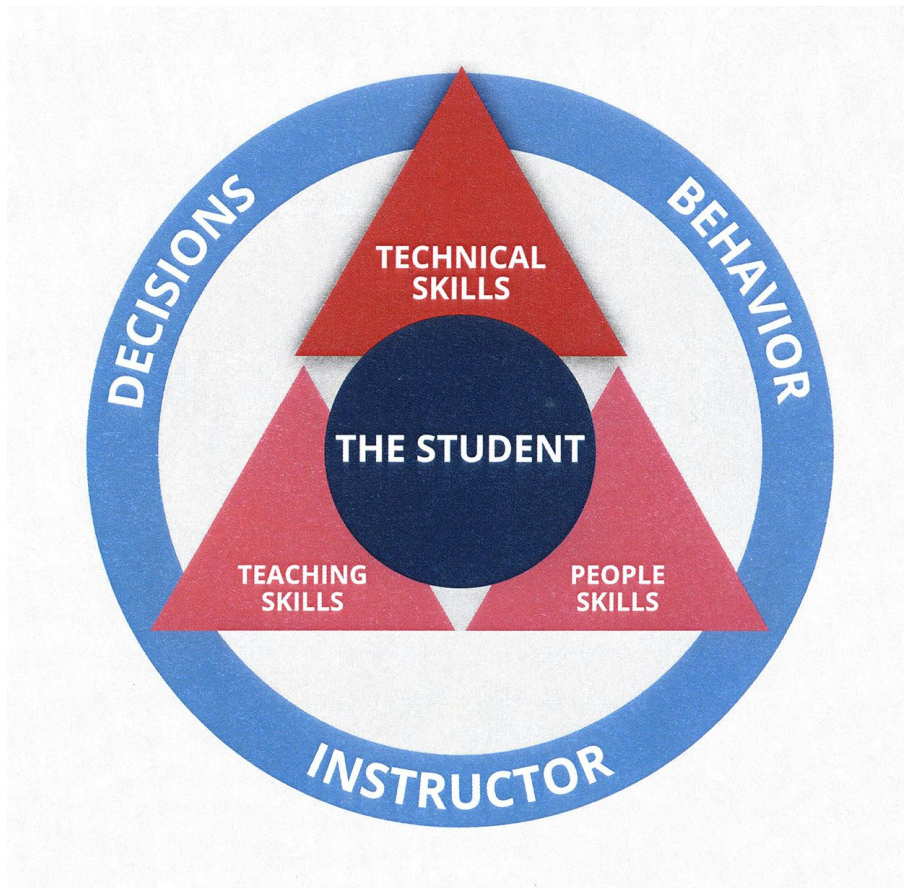


Hodován Zsuzsanna
Kiselőadás összefoglaló, Interski 2015, Ushuaia
2015.09.10

Egyesült Államok

A tanulási kapcsolatok - Öt alapelv a síelésben
(fordítás alapján)

Az amerikai PSIA-AASI előadásukban - az oktatás-módeszertani keretrendszerüket és a síelés öt alapelvét ismertették. Tanítvány központú oktatásuk filozófiája az *Emberi-, Technikai-, és Pedagógiai* készségek egységéből áll össze, mely rendszerrel (kerettel) arra serkentik az oktatót, hogy -miközben a környezet tanulmányozására összpontosítanak, aközben - személyes kapcsolatot is teremtsenek a tanítványokkal.



1. Emberi készségek -

Empatikus hozzáállás a tanítványokhoz, amely bizalmon és tiszteleten alapuló kapcsolatokat épít. - **Kultúra**

Az oktató képes bizalmi és a személyes kapcsolatok kialakítására azzal, hogy átérzéssel meghozott döntésekkel biztosítja a tanítványokat arról, hogy a szükségleteik és a vágyaik teljesülnek. Ettől élmény-központúvá válik az oktatás. Az oktató képességeitől függ, hogy mennyire érti meg és koordinálja a tanulási folyamatokat. Ezeket együttesen "soft" képességek készletének nevezik.

2. Technikai készségek -

Alapvető technikák egyértelmű meghatározása, melyek képesek alkalmazkodni minden tudás szinthez, szituációhoz, és használathoz. - **Mag**

Koncepció felépítése - Egyértelmű és alapvető mozgások megfogalmazása a síelésben.

Képességek kombinálása - Az alapvető mozgások különböző helyzetekben való alkalmazásának a meghatározása.

Sí alapok - Lényeges mechanizmusok és mozdulatok definiálása a síelés közben.

Biomechanikai magyarázatok.

Technikai adottsághoz tartozik a sífelszerelés megfelelő használatának és alkalmazásának az elmagyarázása is.

3. Pedagógiai készségek -

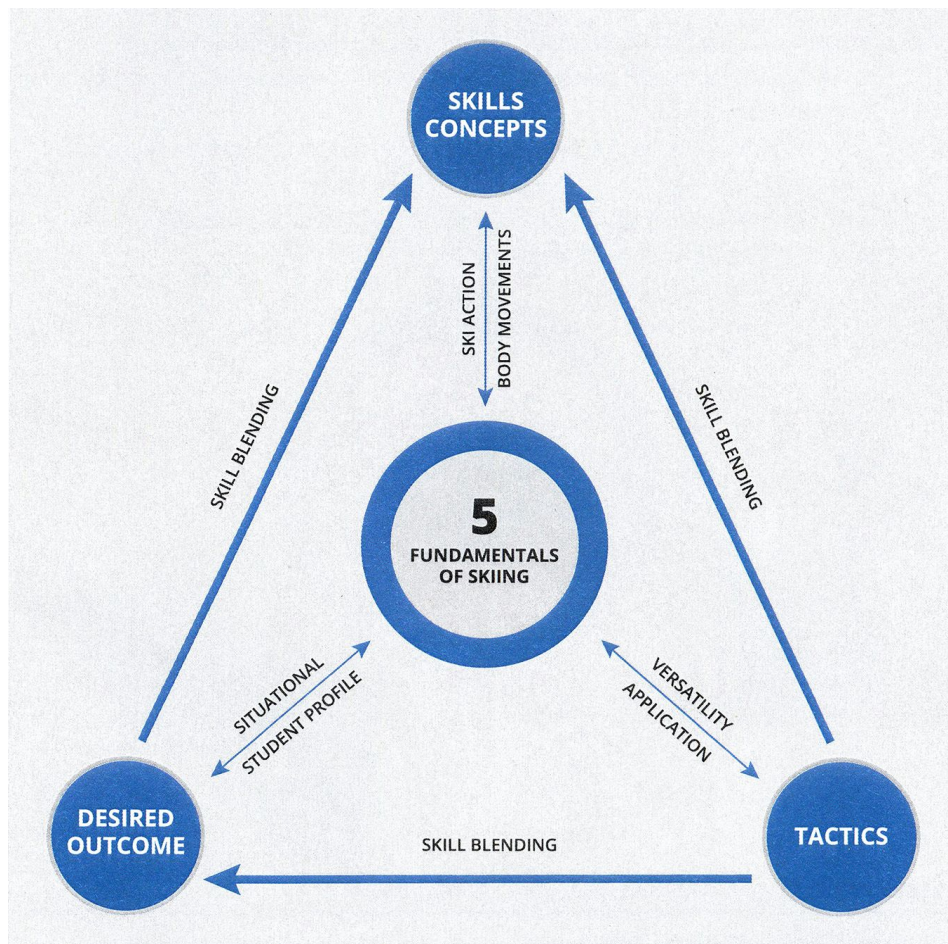
Tartalmi módszer, mely alkalmazkodva a tanítványhoz, - annak fizikai, mentális, és szociális szükségleteihez, fókuszban tartja minden tanuló egyéni igényét. - **Kapcsolat**

Az oktató támogató szerepet tölt be, aki olyan körülményeket tervez az oktatáshoz, melyekkel tapasztalati szituációkat teremt a tanulóknak, hogy benyomásokat és érzelmeket stimuláljon, melyek által eredményesebben rögzül az átadott tudás. Ehhez elengedhetetlen, hogy tisztában legyen a szociális viszonyokkal. Munkájához hozzátartozik az is, hogy oktatói modelleket és tanulási ciklusokat állít fel.

A síelés 5 alapelve:

1. Az alátámasztás és a súlypont viszonyának kontrollálása úgy, hogy a terhelést minél nagyobb felületre helyezzük.
2. Ívkülső síléc határozott terhelése.
3. A dőléssel és az élszög kombinálásával alakítjuk ki az élhelyzetet.
4. A forgatás lábból történik, közben a felsőtest nyugodt.
5. A hó és a síléc között fellépő nyomás mértékének szabályozása.

Az öt alapelv felhasználásának mértékét meghatározza a *környezet*, a *pontosság* és a *sebesség*, alkalmazkodva a tanítványok tudás szintjéhez (kezdő, középhaladó, haladó).



Szubjektív értékelés -

Nagyon fontosnak tartom, hogy ne csak sítechnikai, hanem oktatás-módszertani dolgokról is szó legyen, amikor a síoktatásról beszélünk. Az amerikai delegáció rendkívül pontos meghatározást ad arról, hogy hogyan kell viselkednie egy oktatónak szerintük. Emellett viszont olyan sarokpontokat állít fel, melyek egyértelműen megszabják egy oktató feladatait. Valószínűleg nem lehet ezt ennyire pragmatikusan és szigorúan keretbe foglalni, de az amerikai törekvés mindenképpen rámutat arra a tényre, hogy valamilyen formában írásba kell foglalni, hogy mi egy oktató feladata és milyen kapcsolat kialakítása szükséges a tanítvánnyal. A ez a rendszer egy séma melyben megvan a lehetőség, hogy rugalmasan a szituációhoz megfelelően alkalmazzuk.

A saját oktatási metódusomban eddig is fontos volt számomra, hogy a tanítványokkal egy bizalmi kapcsolatot alakítsak ki, mert ezáltal sokkal gyorsabban és hatékonyabban tudjuk elérni a célunkat. Amit viszont szeretnék beilleszteni a munkámba az az, hogy a technikai és az emberi tényezőket határozottabban szétválasszam.

Az első egy tisztán, egyszerűen és jól érthetően megfogalmazott, tényszerű instrukció adás ami a magját képezi az oktatásnak, és ehhez egy nagyon empatikus, befogadó és körültekintő magatartás kell, hogy párosuljon.

Kapcsolódó cikkek a témában és források:

<https://www.thesnowpros.org>

<http://www.psia-c.org>

<http://www.thesnowpros.org/NewsInformation/NewsAnnouncements/tabid/117/articleType/ArticleView/articleId/815/10-More-Top-Tips-on-the-Essence-of-Great-Ski-and-Snowboard-Instruction.aspx>

http://www.thesnowpros.org/Portals/0/Cache/Pages/PSIA_Alpine_Certification_National_Standards_6_1_2014_FINAL.pdf